



TREKKING - VIE TRAPPEUR EN PETITE FINLANDE FRANÇAISE

5 jours/4 nuits

Nombre de participants :

Départ garanti 6 personnes

Groupe limité à 10 personnes

Environnement :

Durant 5 jours, vis la vie de trappeur à la découverte des Vosges Saônoises, de sa faune, de sa flore et de son environnement peu fréquenté et très sauvage. Depuis la région des milles étangs, petite Finlande française, jusqu'aux ballons Vosgiens, chaque journée sera l'occasion de découverte d'un biotope différent : forêt, montagne, tourbière, lacs et cours d'eau.

Le trek se déroule en autonomie totale (sans ravitaillement).

POINTS FORTS

- La magie des paysages de la petite Finlande française
- L'alternance de biotopes (forêt, tourbière, montagne, lacs...)
- Les soirées au feu de camp
- Les nuits sous tipi
- Le séjour en autonomie complète
- Le réveil aux sons de la nature
- La satisfaction d'acquérir tous les rudiments d'une vie de trappeur

ITINÉRAIRE

J1 : En petite Finlande française, au départ de Lure (70)

J2 à 4 : En petite Finlande française jusqu'aux Ballons Vosgiens

J5 : En petite Finlande française - Lure (70)



Pour des raisons climatiques ou conjoncturelles, ou en raison de changements dans les horaires de vol, ce circuit peut voir ses étapes modifiées ou remplacées. Pour des raisons logistiques, ce circuit peut se faire en sens inverse.

JOUR PAR JOUR

Jour 1 : En petite Finlande française, au départ de Lure (70)

Rendez-vous à la gare de Lure (70). Présentation du groupe ; mise à disposition du matériel et organisation des sacs. Nous commençons notre marche (environ 15km sans dénivelé). Installation du campement pour la nuit.

Feu de camp et repas trappeur.

Hébergement : Nuit en tipi

Jour 2 : En petite Finlande française

Lever avant 8h00. Après un petit déjeuner nous réalisons un atelier "module lecture de carte et boussole" puis reprenons notre marche (20 à 25 km). Pistage à mesure des découvertes.

Cuisine de camp en commun le soir

Hébergement : Nuit en tipi

Jour 3 : En petite Finlande française

Lever avant 8h00. Après un petit déjeuner nous reprenons notre marche (20 à 25 km) et en profitons pour réaliser la cueillette de plantes sauvages comestibles.

Cuisine de camp en commun le soir

Hébergement : Nuit en tipi

Jour 4 : En petite Finlande française - au milieu des Ballons Vosgiens

Lever avant 8h00. Après un petit déjeuner nous reprenons notre marche (moins longue mais avec du dénivelé) et en profitons pour s'arrêter sur des lieux de baignade sauvage.

Cuisine de camp en commun le soir

Hébergement : Nuit en tipi

Jour 5 : En petite Finlande française - Lure (70)

Lever à 7h30. Marche de 10 km environ. Puis retour en navette jusqu'à la gare de Lure. Reconditionnement du matériel, débriefing et pot de départ. Fin de l'aventure autour de 14h00.

Expé³ et l'instructeur se réservent le droit, pour des raisons météo, de logistique ou pour votre sécurité, de modifier votre itinéraire. D'avance nous vous remercions de la confiance que vous voudriez bien nous (ou lui) accorder.

INFORMATIONS PRATIQUES

Niveau :

Destiné à des aventurier(e)s capables de marcher 6h par jour en portant un sac d'environ 12/15 kg. Le trek présente peu de dénivelé quotidien, sauf le 4ème jour où nous traversons le Ballon des Vosges ; ce qui présente un dénivelé un peu plus important, mais la distance est adaptée à l'effort fourni.

Hébergement :

Nuits sous tipis installés dans la nature.

Encadrement :

Par un instructeur de survie chevronné.

Les repas :

Les repas du soir du J1, au midi du J5 seront préparés collectivement. Il s'agit d'une nourriture "d'expédition" simple et nutritive. Elle sera préparée par vos encadrants, mais nous invitons les participants à mettre la "main à la patte".

Boisson :
L'eau ne sera pas fournie. Cependant l'équipement collectif prévoit un filtre à eau qui vous permettra de vous approvisionner sans restriction.

Toutefois, prévoyez au "cas où" quelques pilules purificatrices (type Micropur ; en cas d'urgence). Si vous avez l'habitude d'utiliser une bouteille type Nalgène ou une poche d'hydratation, pensez à la prendre.

Le portage de vos affaires :
Chacun est responsable du portage de son matériel personnel durant les 5 jours. Le matériel collectif (tipi de 2kg) sera réparti dans vos sacs. Le poids total de votre sac ne doit pas être supérieur à 12/15 kg (boisson comprise).

Le portage de vos affaires :

Chacun est responsable du portage de son matériel personnel durant les 5 jours. Le matériel collectif (tipi de 2kg) sera réparti dans vos sacs. Le poids total de votre sac ne doit pas être supérieur à 12/15 kg (boisson comprise).

- Votre équipement :**
Indispensable :
- Un sac de couchage (Température confort entre 0 et 5°C au moins, ne vous référez pas à la température limite confort qui correspond au ressenti pour les hommes)
 - Un isolant de sol (tapis mousse idéalement ou matelas gonflant)
 - Un sac à dos de randonnée de 45-50L
 - Un maillot de bain
 - 1 quart (ou tasse) en aluminium
 - Nécessaire de toilette minimaliste (lingettes ou savon + carré microfibre, stick à lèvres, pince à épiler, vos traitements habituels)
 - Un couteau à lame fixe (couteau de camps / bushcraft, lame fixe de minimum 10cm)

Si vous en avez, prenez le matériel que vous avez l'habitude d'utiliser en randonnée, trek, sorties nature. Nous ferons ensemble le point sur ce que vous emporterez effectivement avec vous. Le stage peut aussi être l'occasion de tester votre matériel en situation avant de partir seul « sans filet ».

Vêtements :

- Une bonne paire de chaussures de randonnée ou de trail, confortables, déjà portées (basses ou montantes peu importe)
- Des vêtements confortables, susceptibles d'être salis dans les bois (tenue type randonnée : pantalon, chaussettes de marche, sous vêtements confortables, t-shirt ou chemise adapté à la saison, veste si besoin)
- Une tenue chaude pour le soir (polaire ou doudoune fine)
- Une tenue pour la pluie (poncho, raincoat, imperméable ou goretex)
- Un bonnet
- Les lunettes de soleil
- Un maillot de bain
- La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Si vous suivez un traitement médical, nous vous recommandons vivement d'emporter avec vous les quantités nécessaires pour suivre votre traitement pendant toute la durée de votre séjour.

Ce circuit comprend

- La pension complète - sauf Repas non compris et mentionnés dans "Ce circuit ne comprend pas"
- L'équipe d'encadrement
- Le matelas mousse
- La tente
- La mise à disposition du matériel de bivouac (tipi, filtre à eau, réchaud...)
- La fourniture de supports pédagogiques (guide)

Ne comprend pas

- L'assurance "Multirisque +" au tarif de 3,5% du forfait HT
- L'assurance "Annulation +" au tarif de 2,5% du forfait HT
- Les dépenses personnelles
- Les pourboires (facultatif et à votre convenance)
- Les repas des J1 et J5 non mentionnés au programme
- Tous les extras et les collations
- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous

MENTIONS LÉGALES

[KEY_IMPRINT_PDF]